



UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS – UFAL
INSTITUTO DE CIÊNCIAS HUMANAS COMUNICAÇÃO E ARTES - ICHCA
TEATRO LICENCIATURA

CADÚH MALCON MOUSINHO LUCENA TIGRE DE LISBÔA

**O USO DA VOZ NO TRABALHO DO ATOR: INVESTIGAÇÃO TEÓRICA E
RELATO DE EXPERIÊNCIA EM PREPARAÇÃO VOCAL**

MACEIÓ- AL
2022

CADÚH MALCON MOUSINHO LUCENA TIGRE DE LISBÔA

**O USO DA VOZ NO TRABALHO DO ATOR: INVESTIGAÇÃO TEÓRICA E
RELATO DE EXPERIÊNCIA EM PREPARAÇÃO VOCAL**

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado a Universidade Federal de Alagoas – Ufal, como parte das exigências do Curso de Teatro Licenciatura, para obtenção do título de Licenciado em Teatro.

Orientador: Prof. Dr. Ivanildo Lubarino Piccoli dos Santos

MACEIÓ- AL

2022

Catálogo na Fonte
Universidade Federal de Alagoas
Biblioteca Central
Divisão de Tratamento Técnico

Bibliotecário Responsável: Valdir Batista Pinto – CRB - 4 – 1588

L769i Lisbôa, Cadúh Malcon Mousinho Lucena Tigre de.

O uso da voz no trabalho do ator: investigação teórica e relato de experiência em preparação vocal/ Cadúh Malcon Mousinho Lucena Tigre de Lisbôa. – 2022.

50 f.: il.

Orientador: Ivanildo Lubarino Piccoli dos Santos.

Monografia (Trabalho de Conclusão de Curso de Licenciatura em Teatro) – Universidade Federal de Alagoas.

CADÚH MALCON MOUSINHO LUCENA TIGRE DE LISBÔA

**O USO DA VOZ NO TRABALHO DO ATOR: INVESTIGAÇÃO TEÓRICA E
RELATO DE EXPERIÊNCIA EM PREPARAÇÃO VOCAL**

Orientação Prof. Dr. Ivanildo Lubarino Piccoli dos Santos - Ufal

Banca Examinadora:

Prof. Dr. Marcelo Gianini - Ufal

Profa. Dra. Lara Couto - Ufal

MACEIÓ- AL

2022

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus e a todos que estão ao Seu redor, por me ter concedido a vida, e por sempre guiar, abençoar e iluminar os meus caminhos.

Agradeço a minha família, por sempre estar ali quando foi preciso e por entender os momentos difíceis e desafiadores, fazendo com que eu nunca desistisse dos meus sonhos e me motivando para ir mais além.

Agradeço ao meu orientador Professor Doutor Ivanildo Lubarino Piccoli dos Santos, que aceitou me orientar nesse trabalho e me possibilitou um grande leque de conhecimentos.

Agradeço em geral a todos os professores do curso Teatro Licenciatura, mas em especial aos seguintes Professores: Professor Marcelo Gianini, Professora Lara e o Professor Ednaldo Candido por me proporcionar conhecimentos em diversas áreas, mas por serem seres humanos de verdade, e por sempre me atender em momentos de desespero durante o curso.

Agradeço a minha noiva, e futura esposa, pelos incentivos e pela capacidade de me aguentar durante esse momento um pouco conturbado da minha vida acadêmica.

Agradeço a mim mesmo por ser bastante persistente no que quero pra minha vida e nunca pensar em desistir, mesmo tendo as aparições de inúmeras dificuldades durante o percurso. Além de ter conseguido chegar ao fim do meu curso e ter desempenhado um bom papel ao elaborar o meu trabalho de conclusão de curso (TCC).

LISTA DE FIGURAS

Figura 1.....	14
Figura 2.....	14
Figura 3.....	14
Figura 4.....	14
Figura 5.....	15
Figura 6.....	15
Figura 7.....	37
Figura 8.....	37
Figura 9.....	38
Figura 10.....	39
Figura 11.....	39
Figura 12.....	40
Figura 13.....	41
Figura 14.....	41
Figura 15.....	44
Figura 16.....	45

A IMPORTÂNCIA DA VOZ CÊNICA PARA O ATOR: AMPLIFICAÇÃO E ESTRUTURAÇÃO NO TRABALHO DE CARACTERÍSTICA DA PERSONAGEM

Resumo

Esse trabalho trás através de uma revisão de literatura, de um relato de experiência com caráter descritivo vivenciado em prática a importância da voz para os atores, pois é através dela, que conseguimos expressar as características da personagem que foram designadas para interpretarmos. Visto que, a mesma vem ganhando notoriedade e interesse dos profissionais que à utilizam no mundo artístico, pois com o passar dos anos houve avanços tecnológicos e de pesquisas, a evolução de técnicas, o progresso da fonoaudiologia direcionada para o estudo da voz cênica. Assim o ator necessita acompanhar esse crescimento, visando a amplificação, por meio da comunicação, e a estruturação completa da personagem, através das práticas vividas vocalmente. Tendo como base bibliografia específica dos seguintes autores: Glorinha Beuttenmüller, Eudisia Quintero, Nelly Laport, Lucia Helena Gayotto, Jerzy Grotovski, Maria Kenebel, Jane Celeste Guberfain e entre outros autores que serão relatados durante o decorrer do trabalho.

Palavras-chave: Voz cênica; Preparação corpo – voz; Personagem cênico; Pilares do Aquecimento vocal.

Abstract

This work brings, through a literature review, an experience report with a descriptive character lived in practice, that the voice is of paramount importance for the actors, because it is through it that we can express the characteristics of the character that we were designated to interpret. Since, it has been gaining notoriety and interest from professionals who use it in the artistic world, because over the years there have been technological and research advances, the evolution of techniques, the progress of speech therapy directed to the study of the scenic voice. Thus, the actor needs to accompany this growth, aiming at amplification, through communication, and the complete structuring of the character, through practices experienced vocally. Based on the specific bibliography of the following authors: Glorinha Beuttenmüller, Eudisia Quintero, Nelly Laport, Lucia Helena Gayotto, Jerzy Grotovski, Maria Kenebel, Jane Celeste Guberfain and among other authors who will be reported during the course of the work.

Keywords: Scenic voice; Preparation body – voice; Scenic character; Pillars of Vocal Warming.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	10
2. O QUE É A VOZ?	12
3. PATOLOGIA VOCAL.....	13
4. CUIDADOS COM A VOZ	16
5. VOZ E SUAS EXPRESSÕES	18
5.1 GEMIDO	22
5.2 GRITO	24
5.3 CHORO	26
6. CORPO E VOZ DO ATOR	27
6.1 AQUECIMENTO CORPO - VOZ.....	29
6.1.1 RELAXAMENTO.....	31
6.1.2 RESPIRAÇÃO.....	31
6.1.3 EMISSÃO VOCAL.....	33
7. COLOCANDO EM PRÁTICA.....	34
8. CONSIDERAÇÕES FINAIS	47
9 REFERÊNCIAS	49

1. INTRODUÇÃO

Sou Cadúh Malcon Mousinho Lucena Tigre de Lisbôa, um rapaz que gosta de se aventurar e de se arriscar na vida, chegando ao ponto de fazer duas áreas distintas e mesmo assim continua apaixonado pelas duas. Nascido e criado em Maceió – Alagoas, tive meu primeiro contato com a arte, em casa.

A arte entrou na minha vida desde quando eu era criança. Gosto de falar que fui “infectado” pelo “vírus” da arte ainda quando pequeno pela própria família. Com o passar dos anos, fui crescendo, e o amor pela arte estava, gradativamente, acompanhando tal crescimento. Comecei me apaixonando por uma das linguagens da arte que fico deslumbrado só de falar que é a música. Minha paixão pela música nasceu ao ouvir as primeiras notas cantadas por minha mãe. Após aquele momento, fui desenvolvendo meus próprios talentos musicais. Me tornando assim, um autodidata nesse universo musical. Porém, sentia que estava faltando algo para preencher um vazio existente dentro de mim, foi aí então que surgiu o teatro. A linguagem artística mais completa, no meu ponto de vista, pois envolve todas as outras linguagens da arte em si mesma.

Meu primeiro contato real com o teatro, me refiro ao contato cênico, ou seja, fazer uma encenação, foi em uma peça que fiz na escola, durante meu ensino fundamental, onde o papel que interpretei foi o de Jesus. E assim com o decorrer de minha trajetória de vida, fui seguindo os passos artísticos singelos de minha mãe, me apoiando nos passos mais fundo do meu pai, e a partir daí, fui criando os meus, fazendo desse modo a minha caminhada teatral, ou melhor dizendo, escrevendo e dirigindo o meu próprio roteiro de vida cênica. Por que a graduação? Para tentar amenizar a minha insaciável sede por aprender o fazer teatral, mas “o tiro saiu pela culatra”, ao invés de cessar, foi sendo alimentada essa vontade, de uma forma, que percebo, que não posso parar por aqui, devo prosseguir em frente até encontrar a linha de chegada e poder comemorar com bastante veemência a minha vitória dentro do saber teatral.

Dentro do meu roteiro de vida cênica, que ainda segue sendo escrito, vivi alguns personagens em que precisava trazer diferentes modulações vocais, que deixavam o espectador totalmente envolvido. Foi partindo desse ponto, ou seja, das modulações vocais que eu fazia para os personagens, e ao mesmo tempo vivia com eles, as quais traziam uma enxurrada de características da personagem, que começaram a surgir

algumas indagações. Foram chegando e nascendo em mim, um amante da voz, durante o decorrer do meu curso de Teatro. As dúvidas vieram de pessoas que estavam em meu cotidiano pessoal, acadêmico e trabalhista.

Devido às constantes perguntas que surgem sobre a voz, este trabalho vem com o intuito de ajudar o ator a buscar as suas vozes de uma maneira mais eficaz, de promover um melhor desempenho para essas vozes, pois é a voz do personagem que causa um grande impacto. É nela que vem a maior quantidade de características daquele determinado personagem. E dependendo da estética que será abordada irá passar diversas sensações e intenções a quem está presenciando o momento.

Pode-se dizer que a voz é um dos instrumentos, ouso falar, que é o maior, de que um ator precisa para desbravar o seu personagem, porque é através dela que conseguimos conhecer tal personagem. Tem-se a noção, em certos casos, de que o ator não tem conhecimento total de sua potência vocal pois busca imitar modelos, mas não de melhorar e buscar suas vozes. É preciso que o ator tenha uma total atenção com seu instrumento vocal.

Para isso existem aspectos indispensáveis, para que seja possível fazer a preservação da voz, da pessoa intérprete, e assim realizar a potencialização de seu aparato vocal, que serão expostos no decorrer do desenvolvimento desse trabalho. Também serão apresentados os riscos de uma má preparação vocal, ou seja, os riscos que se tem quando há falta de preocupação com a evolução vocal.

Então esse trabalho surge a partir da observação de uma dificuldade existente na busca da voz ideal para os personagens, com o intuito de analisar qual a melhor forma e técnicas de que a pessoa que irá interpretar um determinado personagem tem para buscar suas vozes, visando também um bom desempenho no cuidado vocal.

Trata de um estudo do tipo relato de experiência, de caráter descritivo, vivenciado pela prática em sala de aula como aluno, as experiências nas montagens, a leitura de bibliografia específica dos seguintes autores: Glorinha Beuttenmüller, Eudosia Quintero, Nelly Laport, Lucia Helena Gayotto, Jerzy Grotovski, Maria Kenebel, Jane Celeste Guberfain e entre outros autores que serão encontrados com o decorrer do trabalho. Além de colocar toda essa gama de informação em ação, através de uma experiência prática que será comentada e descrita no capítulo 7. A divisão e os nomes dos capítulos foram pensados e executados de uma maneira estratégica para o leitor, pois nos primeiros irá adquirir um conhecimento básico para poder, logo mais, adentrar no específico.

2. O QUE É A VOZ?

A voz é, na minha perspectiva, a maior expressão da alma. Ela é um dos artifícios que o ser atuante precisa para colocar para fora todas as características necessárias de um determinado personagem. Voz é tudo aquilo que exprime um sentimento falado. É um som, transmitido por ondas sonoras.

Voz é um sentimento ou conjunto de emoções que, através de variações das nossas cordas vocais, procuramos demonstrar aquele ou aqueles a quem dirigimos.” (BEUTTENMÜLLER¹,1993, p. 17)

Podemos dizer que a voz é uma das principais reações do ser humano, pois quando nascemos já fazemos a utilização desse recurso, extremamente necessário, através do som do choro.

Cientificamente falando, a voz nada mais é do que o ar que entra em nosso organismo através do nosso sistema respiratório, onde leva um caminho percorrendo até chegar nas pregas vocais, onde as mesmas começam a entrar em estado de vibração, realizando assim, o som. Tal som é transformado em fala quando passa pela boca, juntamente com o auxílio do nariz.

A voz também pode ser chamada ou conhecida como instrumento de trabalho. Isso pelo simples fato de que em algumas profissões é necessário fazer o uso da voz, como por exemplo: professor, cantor, palestrante, radialista, telefonista, advogados e entre outras. Mas, no nosso caso, o foco aqui são os atores, as pessoas intérpretes ou o ser atuante.

O ator tem a voz falada ou cantada como seu instrumento de trabalho, além de ser um veículo que expressa as emoções daquele determinado papel, daquela determinada fala ou música. Ela é considerada uma extensão do corpo da pessoa intérprete, onde estarão as informações físicas e culturais do indivíduo.

É na voz que conseguimos entender a origem de uma determinada situação. Mas como assim? Podemos dizer que a voz para a pessoa intérprete é como uma mochila de um viajante, com certas experiências, quero dizer que, assim como o viajante possui algumas experiências, ele carrega em sua mochila as ferramentas, as

1 Maria da Glória Cavalcanti Beuttenmüller é fonoaudióloga e diretora. É especialista em estudos da voz e criadora do Método Espaço-Direcional-Beuttenmüller

informações por onde ir, seus *kits* de sobrevivência, seus mantimentos e entre outros fatores necessário para sua trajetória, o ator que possui experiência, traz consigo uma bagagem de conhecimento desenvolvidos em cima de seu instrumento de trabalho de comunicação, que em nosso caso, é a voz.

Para isso é preciso tratar da voz, ou seja, ter alguns cuidados que são necessários para a evolução e para prolongar de seu domínio vocal.

3. PATOLOGIA VOCAL

A patologia vocal é muito comum de acontecer em indivíduos que não têm tanto cuidado com seu apetrecho vocal como deveriam ter. Ocorrem em diversas circunstâncias. Dentre elas as mais comuns são: Uso excessivo da voz por um determinado tempo sem o preparo adequado, o stress, uso de drogas ilícitas e lícitas e problemas anatômicos.

Os primeiros sinais de problema vocal são dados pelas pregas vocais, também chamada de cordas vocais. Tudo isso, pois elas são responsáveis pela emissão do som que gera a nossa fala.

As principais patologias que surgem no decorrer do uso vocal, segundo Marly Santoro², são três: A primeira os nódulos e os pólipos, popularmente conhecidos pelo nome de calo vocal. Como se trata de uma disfonia, tem como principal característica a alteração no tom da voz, deixando-a rouca, grave ou fina.

A segunda são as fendas glóticas, que tornam a voz opaca, sem brilho e sem intensidade, devido a sua má formação, pois elas são caracterizadas pela alteração postural das pregas vocais. Dependendo do tipo de voz, da frequência e da intensidade da emissão vocal as fendas podem variar como triangulares e fusiformes.

Por último os espaçamentos ou inchaços nas cordas vogais, que provocam rouquidão. Além desses tem um que é causado pela umidade do ambiente,

2 Marly Santoro de Brito é fonoaudióloga especialista em patologias da voz (Conselho Federal de Fonoaudiologia); Docente de Técnica e Expressão Vocal da Escola de Teatro da UNIRIO – Universidade do Rio de Janeiro, Preparadora vocal de espetáculos teatrais e de atores de novelas e do jornalismo em TV, palestrante em MBA da FGV – Fundação Getúlio Vargas.

conhecemos pelo nome de pigarro. Então podemos perceber que a parte que é mais afetada é também a principal.

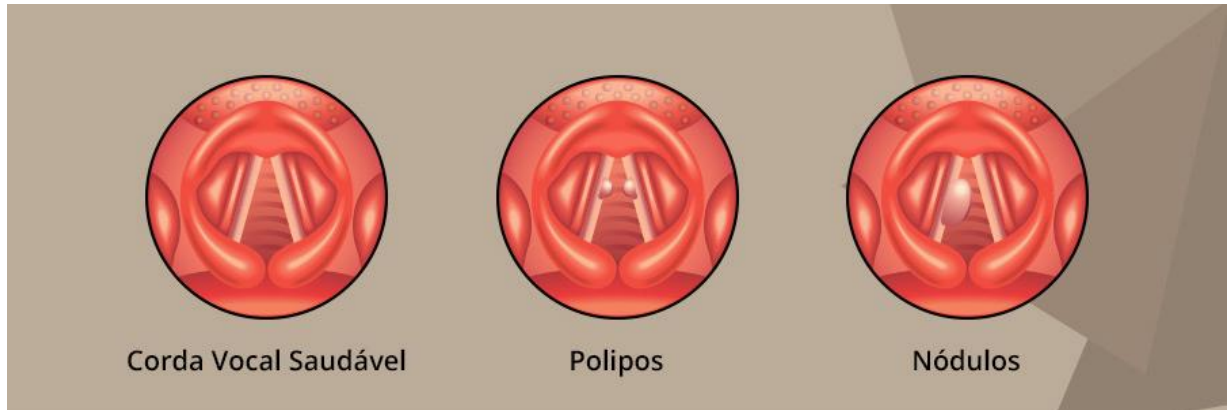


Figura 1: Cordas vocais e suas deficiências. Fonte: Google, acessado no dia 10 de outubro do ano de 2022, através do link: <https://orl.com.br/especialidades/voz/polipos-e-nodulos/>



Figura 2: Fendas Glóticas Triangulares. Fonte: Google, acessado no dia 10 de outubro do ano de 2022, através do link: <https://br.pinterest.com/pin/759349187150557884/>



Figura 3: Fendas Glóticas Fusiformes. Fonte: Google, acessado no dia 10 de outubro do ano de 2022, através do link: <https://br.pinterest.com/pin/759349187150557884/>



Figura 4: Fendas e suas variações. Fonte: Google, acessado no dia 10 de outubro do ano de 2022, através do link: <https://br.pinterest.com/pin/759349187150557884/>



Figura 5: Cordas Vocais em perfeito estado.
Fonte: Google, acessado no dia 10 de outubro do ano de 2022, através do link: <https://www.radiojornalsaomiguel.com.br/momento-saude-laringite/>



Figura 6: Cordas Vocais Inchadas.
Fonte: Google, acessado no dia 10 de outubro do ano de 2022, através do link: <https://www.radiojornalsaomiguel.com.br/momento-saude-laringite/>

Vale sempre ressaltar que todas as patologias citadas acima são acarretadas de situações de risco das cordas vocais, que surgem de gripes ou crises alérgicas, refluxo gastroesofágico, que é quando ocorre o retorno do alimento que está no estômago até o esôfago causando assim lesões através da acidez presente. Consumo de álcool e do tabaco, que faz com que tenha o ressecamento dos tecidos e das mucosas. E não podemos deixar de fora o problema mais comum, ou seja, que acontece com mais frequência entre os atores e atrizes que é o uso inadequado da voz e o emprego vocal com exagero.

O uso e o emprego inadequado/exagerado da voz acontecem pelo fato de que talvez o ator não possua o conhecimento vocal necessário para tal ato. Quando falo de conhecimento vocal necessário estou me referindo às regiões de vocalização existentes em cada corpo, mas desconhecidas pelos indivíduos. Isso pode ser melhor trabalhado através de técnicas que trarão confiança e bastante segurança.

4. CUIDADOS COM A VOZ

Para se ter uma boa voz é necessário que o ator busque cuidar dela, ou melhor, cuidar das partes do corpo que participam da voz. O mesmo tem que estar preparado para todo tipo de ambiente para que não venha a danificar ou diminuir o seu potencial vocal. Sendo assim, segundo Eudósia Acuña Quinteiro (1989), ator precisa conseguir controlar “os três fatores que influenciam na sua voz, se tratando do local da representação, que são: umidade, filtragem e aquecimento.” (QUINTEIRO³, 1989, p. 46). Fazendo desta forma, o ator protege seu organismo para que não tenha manifestações em seu corpo que venham a fazer mal ao seu instrumento vocal.

Quando tratamos do ponto de que a voz é o instrumento principal do ator, precisamos ter um controle sobre ela, e, para isso, tem-se que manter uma respiração controlada. Tal respiração só será controlada através de exercício que faça bem para o corpo e para voz.

O ar de nossa respiração é colocado para dentro e jogado para fora do nosso corpo, pois se trata das necessidades humanas. “O ar respirado com perfeição é um alimento indispensável para o organismo, que com ele nutre de oxigênio um elemento vital, que é o sangue” (BEUTTENMÜLLER, 1992, p. 15).

Para se conseguir obter uma ótima respiração é necessário ter uma boa postura. Dessa forma quando acontece a junção desses dois esquemas indispensáveis, conseguimos então ter uma ótima qualidade vocal.

De acordo com Eudósia Quinteiro (1989, p.45), o nariz é o órgão responsável pelos fatores influenciadores na voz, que são: umidade, filtragem e aquecimento, pois é nele que começa todo o processo respiratório, e para cada um desses fatores o

³ Eudósia Acuña Quinteiro foi uma atriz brasileira. Bacharel em fonoaudiologia, bacharel em canto e licenciada em Educação Artística com habilitação em Música

nariz trabalha de uma forma diferente. No fator umidade, faz com que o haja uma produção de muco que serve para umedecer o ar que entra pelas narinas e “contribui para o bom funcionamento do sistema respiratório como um todo”. Na parte da filtragem o nariz reage de duas maneiras “a primeira, envolvendo os pelos do nariz e a segunda é feita pela mucosa que envolve a cavidade interna”. Se tratando de aquecimento, o nariz possui “uma grande concentração de vasos sanguíneos que se modificam com a alteração climática externa”.

Segundo Eudisia (1989, p.48) um “aparato” que deve ser utilizado muito bem pelo ser atuante é sua ressonância, que se dedicar toda sua atenção ao seu desenvolvimento irá conseguir amplificar o som de sua voz e fala. Caso a pessoa intérprete esteja com obstrução nasal será muito difícil obter uma ressonância, pois o local responsável pela amplificação da voz estará prejudicado. Assim sua voz não contará com cem por cento de sua ressonância, pois a mesma estará prejudicada.

Com o passar do tempo é possível perceber que a pessoa intérprete não terá mais o mesmo potencial vocal que teve no começo da sua carreira, mas se ele tiver o uso rigoroso de exercícios vocais irá conseguir manter a sua vocalização bem saudável.

Primeiro de tudo o ator precisa estar relaxado, falo não só da voz, mas o corpo também, pois no decorrer de nossas vidas ficamos com bastante tensões musculares, e essas tensões podem vir a prejudicar a pessoa que irá interpretar um papel em diversas coisas, mas principalmente no desempenho vocal. “Relaxar é um trabalho consciente. É uma atividade de observação e reconhecimento de todo o corpo e, principalmente, dos pontos de tensão” (QUINTEIRO, 1989, p. 37). Portanto, se faz necessário para o ator ter um equilíbrio entre sua voz e sua mente, pois um desequilíbrio entre essas partes pode ser prejudicial para a pessoa intérprete.

Podemos ter a percepção de que para se atingir o relaxamento total, ou seja, corporal e vocal, é necessário realizar o relaxamento mental, pois assim irá pelo caminho mais certo e seguro.

Segundo Glorinha Beuttenmüller (1993), às vezes o relaxamento é confundido com o isolamento, mas são diferentes. “O relaxamento é um estado dinâmico em que tomam parte corpo e mente”, já o isolamento “é uma condição incompatível com o trabalho do ator”, pois o mesmo não pode desligar de si e nem de seu grupo. De uma forma sucinta o relaxamento se trata da percepção das partes do corpo.

Se não for levado a sério esse relaxamento, ou seja, fazendo de forma rápida, com descuido, com falta de responsabilidade, pode ser que o ator tenha problemas com o seu artifício, tratado desde o início, que no caso é a voz. Pois a existência de tensões musculares pode acarretar problemas na respiração, sua respiração não será usada com total perfeição. Pode se dizer que é um “equipamento auxiliar”. Pensando nisso é preciso fazer o relaxamento com bastante precisão, sentindo todos os pontos que estejam com tensões, para que assim tenhamos um resultado agradável.

Outros fatores que prejudicam a voz são: o simples fato de tomar algo gelado ou muito quente, pois a mudança de temperatura pode ocasionar choque térmico; fazer uso de determinadas drogas pode gerar irritação na garganta, causando edemas nas pregas vocais; utilizar a voz de maneira errada pode provocar lesões nas pregas vocais, podendo evoluir para calos e até um câncer; ingerir alguns alimentos muito condimentados pode causar refluxos e azias, resultando assim em queimação nas pregas vocais, entre outros fatores prejudiciais ao seu aparelho vocal.

5. VOZ E SUAS EXPRESSÕES

Como já foi discutido no início desse trabalho, sabemos que a voz é um recurso que serve para colocar para fora o que está dentro de cada ser, pois a mesma é um canal de comunicação. E para o ator/atriz não seria diferente. “Temos várias alterações vocais provocadas consciente ou inconsciente que, ao adotar disfarces, fazem uma máscara sonora” (BEUTTENMÜLLER, 1993, p. 10).

É através da nossa voz que conseguimos expressar e perceber o estado de espírito de cada pessoa ou de cada personagem.

Pode-se dizer que para cada tipo de sentimento expressado existe um tipo de voz que é colocada para fora, ou melhor dizendo, quando sentimos diferentes sensações ou sentimentos diversos, nosso organismo se manifesta de forma diferente para cada tipo de reação. E qual é a parte do corpo que é responsável por tal faceta? É a língua, pois com a mudança de sentimento é usado cantos diferentes da língua.

Na língua existem divisões, para se sentir os sabores, mas quando acontecem as manifestações de sentimentos ela trabalha conforme o que senti. Isso é observado, quando uma pessoa está deprimida, amargurada, esse ato-reflexo da deglutição da saliva se faz

incorretamente, com ênfase na zona do amargo". (BEUTTEMÜLLER, 1993, p. 09).

Compreendendo este ponto de vista podemos fazer uma comparação entre uma tranca e a voz, pois assim como toda e qualquer tranca precisa de um destrave, a voz também necessita desse destrave que é a língua.

Segundo Beuttenmuller, antes de fazer uso de qualquer método ou técnica de voz, o ser humano precisa se observar por completo. E isso faz todo o sentido, pois se pararmos para analisar o grande segredo da voz está em nós mesmo. O nosso próprio corpo nos dá a resposta, pois em cada movimento, em cada tipo de respiração, em cada sensação e sentimento criamos diferentes vozes, só precisamos manter o foco, fazendo desse modo com que o ser descubra a liberdade que tem de criar e que possa vivê-la.

Os atores necessitam, para que se tenha uma boa expressividade em cena, fazer uma construção bem estruturada de seus elementos, sempre com a junção da fala com os estudos dos sons, que trabalha com ritmo, entonação e qualidade da voz.

Segundo Goffman, se tratando de expressividade vocal, tem que se levar em conta todo o campo amplo da fala. Por qual motivo isso? Pelo simples fato de que em uma fala é possível conseguir vários entendimentos, tudo só depende de como será expresso.

Os atores precisam entender que, assim como tudo vai atualizando com o passar dos anos, a sua voz necessita de atualizações para não ficar naquela mesmice. O que quero dizer com isso? Quero dizer que a maioria dos atores, entre colegas e profissionais da área, seguem somente uma padronização de voz, que é uma voz cansada da rotina, mesmo trocando de personagem para personagem. Então nós, atores precisamos dar uma recriada diariamente em nossas vozes, partindo das relações cênicas.

De acordo com Gayotto⁴ (1997, p.20), é primordial deixar ser infectado por uma ação vocal, que tem como constituinte de se, os recursos vocais (recursos primários da voz e recursos resultantes) e as forças vitais. Isso é extremamente interessante, pois vai realizar o *mix* entre a idealização e a prática das ferramentas que é o necessário.

4 Lucia Helena Gayotto é fonoaudióloga; Mestre em Distúrbios da Comunicação Humana; Especialista em Voz; autora do livro *Voz, partitura da ação*.

Recursos primários da voz, trata-se do básico que temos e utilizamos, que são: respiração, ato de inspirar e expirar o ar; intensidade, que é a emissão alta ou baixa da voz; frequência, é o número de ciclos que a prega vocal faz em um segundo; ressonância, é amplificação da voz e a articulação que é abrir e fechar a boca para emissão do som.

Já os recursos resultantes, como o próprio nome já diz, é o resultado dos recursos primários, são eles: projeção, que é a emissão da voz capaz de ocupar todo espaço cênico; ritmo, que é um número de palavras dentro de um intervalo de tempo; volume, que é a altura que a voz atinge; velocidade, cadência, que é a sequência de notas que entram em harmonia; entonação, que é a emissão da voz no tom confortável e fluência, que é o fluxo leve de produção vocal.

Ação vocal é quando a voz interfere decisivamente na situação cênica e, conseqüentemente, afetando os rumos do espetáculo e atando o espectador. (GAYOTTO, 1997, p. 22)

Como falamos sobre recursos vocais, é de suma importância que isso vai auxiliar muito quando o ator estiver em cena, pois ele terá que adaptar tudo para a apresentação. Mas aqui tem uma questão que não pode passar despercebida, é o fato de como trabalhar essa adaptação/integralização entre recursos vocais e a situação do personagem durante a sua caminhada no espetáculo. Simples, os treinamentos partem de uma percepção e um autoconhecimento do ator juntamente com sua personagem.

Neste trabalho é necessário a procura de "entradas" que permitam conjugar a intervenção na voz do ator e na do personagem, percebendo suas especificidades e penetrando na zona que funde os recursos fisiológicos com as forças vitais na produção vocal. (GAYOTTO, 1997 p. 21)

Quando pegamos um determinado personagem é preciso e necessário estudar sobre tal, ou seja, fazer o laboratório cênico. Onde o ator vai buscar, através de leituras e muitas práticas, conhecer melhor a personagem, sabendo de suas intensões, sentimentos, sensações, frustrações, até chegar ao ponto onde o ator e a personagem são apenas um, ou melhor dizendo, onde somente aparecerá as características da personagem.

Desse modo o ator ou a atriz tem que estar inteiramente entregue a tudo e, em se tratando de voz, o ator tem todo o direito, durante o processo criativo, de usufruir

de todo o tipo de voz que conseguir encontrar, partindo das mais esteticamente desagradáveis, com características de voz disfônica até a voz ideal para o seu personagem.

Durante esse processo criativo, recomenda-se não colocar nenhum obstáculo que venha servir como restrição da criatividade, pois dessa forma o ser atuante terá um grande leque de possibilidade vocal para desempenhar o seu papel com uma extrema verdade.

Estamos nos direcionando somente à voz cênica ou voz teatral, mas esse *mix* de teorização com a prática serve também para a voz não cênica. A diferença é que existe uma intensificação para desbravar vocalmente e achar as características de seu papel. Lembrando que “interpretar uma personagem exige, frequentemente, vocalização” (GUBERFAIN, 2002, p. 4).

Os atores precisam colocar em mente que sua maior preocupação e, posso também dizer, que seu maior objetivo teatral, se tratando de voz, é sua projeção vocal e as diversidades de inflexões que aparecem durante sua jornada. Por que digo isso? Se dermos uma pausa durante qualquer espetáculo, independente de qual seja ele, conseguiríamos notar que quem está assistindo, ou seja, o espectador, demonstra reações/expressões que definem se estão gostando ou não, melhor dizendo, define se estão vivenciando as dores, sofrimentos, felicidades, conquistas das personagens que assistem. Se estiverem sentindo tudo isso, significa dizer que o ator conseguiu envolver o espectador com suas vibrações vocais.

Quando o ator está a interpretar um papel e nele existe a necessidade de aplicar expressões mais melancólicas, é preciso prestar bastante atenção, pois “a interpretação de emoções intensas pode acarretar problemas relacionados à emissão da voz. A dificuldade técnica em expressar esses sentimentos manifesta-se, quase sempre, através do abafamento e da contenção da emissão vocal” (OLIVEIRA⁵, 2002, p. 4).

O profissional da voz, no nosso caso, o ator, deve ser acompanhado por um responsável do trato vocal, me refiro a um fonoaudiólogo. Falando sobre esse médico da voz, Domingos (UNIRIO, 1997) publicou em seu trabalho de dissertação de mestrado em teatro uma nova perspectiva sobre esse campo vocal do ator. Nela, ele

5 Domingos Sávio Ferreira de Oliveira é fonoaudiólogo, especialista em voz, Mestre em Teatro (UNIRIO), Professor de Técnica e Expressão Vocal, Patologias da Voz e Linguística.

relata sobre uma técnica de sons intensos empregados no espaço cênico. São eles os sons que possuem mais intensidade e veemência se trabalhados com bastante clareza. Então o profissional da voz (ator) precisa saber dominar a técnica do grito, gemido e choro, ou como gosto de chamar Técnica GGC.

A Técnica GGC é de suma importância para o ator que está em total atividade cênica, pois dá a liberdade de envolver o espectador no seu contexto cênico com mais facilidade e leveza. Além disso, essa técnica gera uma conscientização para o cuidado vocal, especialmente aqueles atores que possuem papel com modulação de tom vocal.

De acordo com Domingos OLIVEIRA, a voz teatral exige três fatores, assim me atrevo a chamar, que são: as técnicas, as emoções e a própria arte. A parte anatômica também tem seu papel fundamental nessa trajetória, pois dependendo como se encontram podem acarretar em esforços vitais. Um exemplo disso seria um ator-cantor, que é muito comum em musicais, para que não venha a prejudicar seu timbre, ele precisa cantar sempre na tessitura, na extensão e no seu determinado tom vocal.

Como foi citado acima, a Técnica GGC, trata-se de três expressões que aparecem muito dentro de uma cena teatral que é o gemido, o grito e o choro. E será melhor explicada logo a seguir.

5.1 GEMIDO

O gemido é um tipo de som que emitimos através das nossas cordas vocais e também é uma conduta muito adotada e utilizada por atores e atrizes que querem deixar bem visível essa particularidade da cena. Quando o ator consegue desempenhar um ótimo gemido faz despertar no espectador e em si próprio sensações auditivas e expressivas bem marcantes, onde os mesmos conseguem viajar dentro do contexto exposto, no caso, a cena apresentada no palco. Podemos dizer que gemido é o resultado dos seguintes produtos: a dor e o sofrimento. Esses produtos podem já estar presentes na realidade física ou pode estar sendo lembrados gradativamente com o decorrer da ação cênica.

Segundo Domingos, o gemido tem a função de expressar de uma forma misteriosa o conjunto de sinais provenientes do corpo do indivíduo que está a demonstrar tal habilidade.

Existe um elemento que está dentro do texto, ou melhor, dentro das palavras, que são conhecidos pelo nome de vogal. A existência dessas vogais é fundamental para a realização dos gemidos, visto que eles representam por eles mesmos uma demonstração sonora, que ousar dizer, é uma das mais ricas e que possui mais ressonância existentes no ser humano.

Conforme Stanislavski⁶, o ator precisa se desprender de seus vícios linguísticos, conscientizando assim dos defeitos da própria fala. Knebel⁷, relembra uma das falas de Stanislavski muito rica que dizia: “É preciso que as consoantes sejam expressivas para que a fala seja sonora. As vogais são a água, e as consoantes são as margens, sem as quais a água vira um pântano” (KNEBEL, apud STANISLAVSKI, 2016, p. 186)

Partindo das vogais, de acordo com Domingos Oliveira, um fonema vocálico necessita ser bem articulado e ter uma verdadeira e esforçada emissão, pois dessa forma será transmitido com exatidão o que o ser atuante sente naquele determinado momento. E dependendo de qual fonema usar vai interferir no sentir de quem assiste aquela cena.

Quando me refiro ao tipo do fonema, estou falando da articulação que usamos quando emitimos tal som. Se pegarmos, por exemplo, as vogais “i”, “a” e “e”, teremos uma diferença nas articulações da fala e também nas expressões vocais que estariam sendo emitidas, pois cada fonema vocálico possui, assim podemos dizer, um sentimento.

O / i / é um exemplo disto, pois, sendo uma vogal aguda, muitas vezes, estridente, quando emitida **apertada** e sob emoção, provoca uma impressão sonora mais marcante no espectador, ultrapassando os limites superficiais de seu corpo, isto é, tocando-o profundamente. O / a / representa a vogal mais aberta e franca que temos. Expressa o desejo de jogar para fora tudo aquilo que guardamos em nosso interior como o rancor, a dor, a frustração, o desânimo, a decepção, através de uma emissão sonora fluente e livre no espaço. A vogal / e / (é) também pode ser utilizada como o mesmo propósito, embora que não tenha no seu copo sonoro o mesmo peso da vogal / a /. Perde a expressividade, já que a forma bucal empregada em sua emissão – o alargamento das comissuras labiais – tira a impressão de abertura sonora que se percebe na emissão do / a /. (OLIVEIRA, 2002, p. 42)

6 Constantine Stanislavski foi um ator, diretor, pedagogo e escritor russo de grande destaque.

7 Maria Ossipovna Knebel foi atriz, diretora, educadora e autora russa.

Por outro lado, se fizermos o uso dos fonemas vocálicos fechados conseguiremos obter um lado mais sombrio, mais escuro, que nos passa uma mensagem completamente diferente dos fonemas vocálicos aberto.

Os sons mais enigmáticos, sombrios, escuros e obsessivos podem ser mais bem expressos pelas vogais fechadas e mais escuras, representadas na língua portuguesa pelos fonemas vocálicos / ó /, / ô / e / u /. Percebe-se ouvir, enxergar uma trilha de sons, localizada às margens do corpo do emissor. (OLIVEIRA, 2002, p. 42)

Os sons que saem da emissão de fonemas vocálicos fechados bem-feitos são sons que possuem dois caminhos, o primeiro é o de afastamento daquele que geme, ou seja, quando escutamos um som desse estilo temos a tendência de sairmos correndo em direção oposta ao som, pois como relatado logo acima, nos remete ao sombrio. O segundo caminho já é diferente, gosto de chamar de ação curiosa, pois recebemos o recado de que algo sombrio está por perto devido à emissão do som que escutamos. Então é partindo daí que começamos querer buscar de onde está vindo esse som.

Indo para parte fisionômica, podemos notar que o som emitido por nossas cordas vocais dá uma sensação de vibração enérgica na garganta. Isso tudo acontece, pois de acordo com Domingo, está acontecendo uma emissão sem nenhuma obstrução, e está totalmente baseada na expressão corporal e emocional. Mas vale lembrar que tal vibração tem que ser sentida em toda região localizada entre as pregas vocais e o abdômen. E é no abdômen que fica situado o diafragma, que é uma espécie de bomba de pressão, o qual é responsável por impulsionar o som do gemido.

É de fácil notoriedade que, quando empregada de maneira certa, tal técnica abre um leque de possibilidade de gemidos, e tudo isso sem prejudicar o nosso aparelho fonador. Porém se o ator ou a atriz não tiver uma base respiratória bem trabalhada e não possuir um acompanhamento de um responsável vocal terá um grande risco de saúde, acarretando assim a problemas vocais no futuro.

5.2 GRITO

Chegamos a segunda expressão dessa técnica que é o grito. Primeiro quero deixar aqui o quanto é difícil demonstrar essa expressão na prática, digo isso por experiência própria. Além disso tem que ter muito cuidado, porque se expressar de maneira errônea vai ter problemas na garganta.

O grito nada mais é que uma demonstração exagerada de um *mix* de emoções existente em nosso corpo, sendo colocado para fora em uma determinada situação.

De acordo com Domingos, o ator quando está em seu momento de utilização da voz gritada, tende a ter uma restrição corporal, impossibilitando desse modo com que não alcance uma boa projeção vocal. Se tiver que fazer uso frequente dessa expressão terá que ter um acompanhamento bem de perto de um responsável vocal, pois caso contrário terá sérios problemas.

Do ponto de vista anatômico e fisiológico, tem-se uma tensão das pregas vocais e das estruturas localizadas sobre elas. Como exemplos podemos ressaltar um forte fechamento glótico (uma prega vocal apertada contra a outra), uma constrição das pregas ariepiglóticas (que vão das cartilagens aritnóideas à cartilagem epiglótica), apresentando um aumento ou uma diminuição do diâmetro ântero-posterior da região sobre as pregas vocais, de acordo com o tipo de som produzido. Observa-se ainda uma forte tensão das paredes laterais e posterior da faringe e retração lingual, quando o grito é emitido sem técnica. (DOMINGOS, 2022, p. 44)

Para fazermos uso da segunda expressão existente dentro da técnica, é preciso trabalhar com a glote baixa, ou seja, o máximo grave que um ser humano pode chegar, conforme seu corpo, sua anatomia. Assim como o gemido, para o grito também é fundamental trabalhar todo o seu sistema respiratório, porque será muito requisitado o uso do diafragma para realizar a pressão necessária, juntamente com o volume esperado. Isso devido a voz gritada que se deriva do rompimento do fechamento glótico.

Então conseguimos observar e entender tal expressão, ao ponto de determinarmos que para se obter um bom grito durante uma determinada cena é primordial termos a dominância de três fatores já citados no decorrer do estudo do grito, que são: os trabalhos musculares, juntamente com o controle da pressão e do volume aéreo a emissão do próprio grito de forma uniforme, respeitando o limite vocal

de cada corpo e por último a emissão do grito verdadeiro, tendo como base a energia da emoção no momento da ação cênica.

5.3 CHORO

Por fim, chegamos à última, mas não menos importante, expressão dentro da Técnica GGC, que é o nosso queridíssimo choro.

O choro é uma expressão que tem como base dois sentimentos, são eles a alegria e a tristeza, que no meu ver, são sentimentos mãe, quero dizer que é a base de todos os outros sentimentos. De uma forma bem direta e objetiva, o choro é a continuação, de uma forma lamentada, da primeira expressão dessa técnica, o gemido.

Poderíamos dizer que o choro e o gemido são a mesma expressão, ou que são expressões que se integralizam, porém há uma pequena diferença que está localizada no modo de emissão da vogal. Poderíamos ir mais além agora dizendo que o choro é uma continuação do grito, entretanto o grito trabalha somente com pulsações diafragmáticas. Então diante o exposto me atrevo falar que o choro pode ser considerado um *mix* do grito e do gemido. Por que digo isso? Pelo fato de o choro usar a vocalização de uma vogal em conjunto com pulsações diafragmáticas.

O choro tem como características a extensão da emissão vogal, a energia emocional e a pressão abdominal. Quando isso tudo é colocado em prática, ou seja, estão combinados basta apenas treinar as variações do choro.

Conforme Domingos OLIVEIRA (2002, p.41), para amplificar a riqueza da expressão de número um dentro dessa técnica, que é o gemido, pode-se mesclar a voz chorosa com o gemido. Há uma diferença, se tratando de intensidade, no choro? Sim, estando em concordância com o Domingos, quando utilizada uma voz chorosa com uma intensidade forte, necessitará de tudo bem intenso, que seria uma maior pressão diafragmática e um maior volume aéreo subglótico (abertura maior das pregas vocais). Caso a intensidade seja fraca ou contida, tudo será reduzido, ou seja, terá uma menor pressão abdominal conseqüentemente uma menor abertura das cordas vocais.

A voz chorosa, quando tiver em emissão contínua, não acontece as pressões abdominais intercaladas. Dessa forma podemos perceber que existe um controle

sobre o ar que está dentro do indivíduo, digo, um controle na pressão de ar, que pode variar da fraca para a forte ou da forte para fraca. Isso vai estar ligado às determinadas características e tonalidades do determinado som que esteja sendo emitido.

Então salientando mais uma vez, é preciso ter acompanhamento médico, tomando todas as precauções possíveis e as impossíveis para que não venha a prejudicar sua grande ferramenta de trabalho.

6. CORPO E VOZ DO ATOR

Quando falamos de voz teatral ou cênica não podemos deixar de lado outra ferramenta do ator que é o corpo. Para mim, não existe voz sem corpo e muito menos corpo sem voz. E todos os dois são interligados pelos sentimentos/sensações.

De acordo com Stanislavski, o ator precisa conseguir conduzir o aparato físico que nos permite a corporificação para uma perfeição natural, orgânica. Bem assim, temos que fazer com a nossa voz, deixá-la num estado que seja totalmente natural o seu desenvolvimento.

Uma coisa bastante interessante é a comparação que Stanislavski (2016) faz entre um ator e um excelente músico. Onde ele nos mostra que o excelente músico toca um instrumento totalmente desafinado e caindo aos pedaços, mas com a intensão de transmitir sons agradáveis aos ouvidos, só que não conseguirá obter êxito, devido as condições de precariedade que se encontra o instrumento. Assim é com o ator, não se pode obter um ótimo resultado se os seus instrumentos de trabalhos, não estão em boas condições, por esse fato é primordial que exista um equilíbrio entre corpo e voz.

Conseqüentemente dentro da preparação vocal do ator não se pode apenas trabalhar e flexionar os músculos vocais, pois não faz parte da arte do ator. “A arte do ator é uma arte de movimento corpóreo-vocal” (GUBERFAIN⁸, 2005, p. 03). Então podemos entrar no consenso de devemos estudar e trabalhar o corpo-voz em diversos

8 Jane Celeste Guberfain é fonoaudióloga clínica, especialista em voz, orientadora vocal de profissionais de rádio, de teatro e de TV (Globo, Record e CNT), preparadora vocal de elenco, Professora Adjunta de Técnica e Expressão Vocal da Escola de Teatro da Universidade do Rio de Janeiro, UNIRIO, Mestre em Teatro (UNIRIO).

aspectos, como em movimento, em sua sensibilidade, na sua expressão de criatividade e na sua imaginação.

Quando se trata de uma maximização da expressividade do ator, Barba⁹ (2009) gostava de trabalhar com técnicas corpóreas-vocais, partindo da eliminação de bloqueios corporais que possam vir a impedir a natureza do corpo-voz de colocar para fora.

Se o corpo-voz tem uma ligação forte entre si, podemos dizer que envolve completamente os aspectos físico, emocional, mental e energético. Dessa forma a voz além de possuir uma relação com a fisiologia do nosso trato vocal, tem relação a articulação da totalidade corporal. Podemos afirmar ainda que o processo de criação vocal começa partindo do seu corpo no decorrer de sua trajetória.

As características vocais, que envolvem a respiração, a intensidade, a altura, a ressonância e o equilíbrio corporais, não estão integradas somente à dimensão física, mas também à dimensão bio-psico-social do indivíduo. A natureza subjetiva do corpo-voz está inserida numa teia interconexa que envolve a cognição, o pensamento, as emoções, as sensações, as energias, e esses componentes da corporeidade estarão presentes na criação do ator, já que ele cria vocalmente a partir do seu corpo cotidiano. (GUBERFAIN, 2005, p. 05)

Se pararmos para analisar, o ser humano durante o seu cotidiano tem a tendência de usar apenas uma pequena parte da voz. Isso tem que ser diferente quando tratamos do ser atuante. Nós artistas devemos ir além de nossas barreiras de comportamento habitual, focando na amplitude e na dilatação da nossa criatividade corpórea-vocal.

Segundo Guberfain, durante o processo de descoberta vocal do ator, está ao nosso alcance desenvolver uma consciência sobre nossa voz rotineira e sobre os nossos hábitos, como objetivo de desbloquear condicionamentos inadequados, se tornando desse modo, impróprios para a expressividade artística.

O ator por si só é seu corpo e a sua voz, só que é preciso saber dominar por completo, pois isso influenciará na desenvoltura de seu personagem. É por isso que Guberfain salienta que, o corpo-voz do ator necessita estar bem-preparado e treinado

9 Eugênio Barba é um autor italiano, pesquisador e diretor de teatro. Fundador e diretor do Odin Teatret, criador do conceito da Antropologia Teatral, fundador e diretor do Theatrum Mundi Ensemble, e criador da ISTA.

para as exigências cênicas que apareceram nos futuros novos comportamentos vocais que dependerá de cada personagem que aparecer.

Alguns aspectos precisam de mais atenção do que outros, como por exemplo os aspectos dos pilares existentes no aquecimento vocal, que é um assunto que será abordado mais para frente, durante o caminhar desse trabalho.

Há a existência de técnicas que potencializam o ator na criação vocal, juntamente com os movimentos corporais. Diante disso Guberfain nos fala que as técnicas irão servir com um vetor para arte, ou seja, são elas um modo de liberar as capacidades vocais do ator.

O ator quando faz uso de recursos importantes e necessários, se tratando da voz, conseguirá dominar as diversas vozes que podem surgir durante sua pesquisa, ou melhor dizendo, durante seu laboratório. É no momento exato de descoberta que o ator se depara com a técnica fundamental para o trabalho de voz, que é o aquecimento vocal.

6.1 AQUECIMENTO CORPO - VOZ

Aquecimento vocal é um meio existente de trabalharmos os músculos que estão ao redor de nossas pregas vocais, quero dizer que é um jeito de preparar nossa musculatura vocal para o futuro uso de vocalização intensa que teremos. Quando começamos a aprender sobre o aquecimento vocal damos início aos alongamentos.

Juntamente com o aquecimento vocal, precisamos também aquecer o nosso corpo. Então teremos que executar um aquecimento corporal-vocal.

Mas antes de prolongar mais a fundo nos exercícios de aquecimento corporal-vocal, quero enfatizar mais uma vez que a voz é fundamental para o ator, pois estando em concordância com Stanislavski, a fala/voz é um dos meios que tem a capacidade de nos presentear com o que realmente importa, e tendo isso como ponto de partida conseguiríamos finalmente expressar o que vive dentro da alma.

Segundo Bittencourt, este tipo de aquecimento tem a capacidade de integrar a movimentação corpórea ao nosso sistema respiratório, laríngeo e ressonantal. Tal integração realiza um ótimo relacionamento do ser atuante com o espeço cênico, com o texto e com os sentimentos, tendo como resultado uma interpretação magnífica.

Após adentrar nesse meio de treinamento, com a técnica do aquecimento corporal-vocal, o corpo do ator adquire por meio de uma prática sistemática de exercício um leque de possibilidade de movimentação e a utiliza dentro do espaço cênico

Como tudo na vida, não se pode forçar, de jeito nenhum, nada para ninguém. Então tais exercícios, de acordo com Guberfain, existente dentro da técnica, tem que ser feito de maneira orgânica, natural e com bastante cuidado. Assim o ator ganha benefícios, como o aumento de seu arsenal de movimentos corporais.

Por consequência de tal ato, a preparação vocal e corporal do ser atuante precisa trabalhar dando ênfase nos seus instrumentos de trabalho, que são: corpo, voz e emoção. Além disso deve sempre levar em consideração a anatomia de cada ator, pois assim teremos noção de suas condições físicas, e também das solicitações do espetáculo.

Agora partiremos ao amplo mundo do aquecimento corporal-vocal, gosto de me referir a ele desse modo, que nos trará leveza e segurança no momento de expressar através, no nosso caso, da voz, os sentimentos, sensações e a vivência da determinada personagem que será colocada em um determinado espetáculo, aos olhos e as novas perspectivas do espectador.

Para iniciar o aquecimento corporal-vocal, temos que entender uma pequena coisa, como todo e qualquer aquecimento, tem a função de trabalhar os músculos, com esse não seria diferente, só que iremos trabalhar os músculos que auxiliaram na vocalização perfeita da personagem. Segundo Bittencourt, existem certos pontos desse aquecimento/preparação corpórea-vocal que podemos chamar de pontos principais. São aqueles que iremos trabalhar com mais frequência, ou melhor, são aqueles que daremos mais ênfase.

Então, entre esses pontos estão o relaxamento, respiração e a emissão vocal. Entretanto, me atrevo a esmiuçar um pouco o último ponto, pois dentro dele se encontra três dos quatro pilares do aquecimento vocal, que são ressonância, vibração e articulação.

6.1.1 RELAXAMENTO

O relaxamento é o primeiro ponto, gosto de dizer, que é o ponto base para a preparação corpórea-vocal, pois ele tem uma grande importância para tal produto. Além disso o relaxamento tem como objetivo, promover um estado de integração e de concentração para o determinado aquecimento, isso juntamente com uma corporificação conscientizada.

Beuttenmuller e Laport¹⁰ (1992) reiteram o relaxamento como “um estado dinâmico em que tomam parte corpo e mente”. É notório que o ator careça de um controle da sua musculatura com o propósito de evidenciar com bastante precisão possível as sensações, os sentimentos e os pensamentos da determinada personagem.

A mensagem que se encontra na seguinte frase, é muito importante, devemos levar para tudo em que pensarmos em fazer: “a prática leva à perfeição”. Então partindo disso é primordial que pratiquemos os exercícios todos os dias, pois só assim iremos desenvolver uma auto-observação e conseqüentemente uma mentalização da corporificação e da vocalização durante os momentos de criação e de ensaio.

Se tratando de relaxamento, é imprescindível que o corpo esteja solto, estou me referindo às nossas articulações. Elas necessitam estar livres para que assim, o ator consiga deixar fluir com uma grande leveza a naturalidade do movimento, pois só assim alcançará a mobilidade desejada. Conforme Bittencour (2002), quando há a presença de músculos tensos e curtos temos uma articulação travada, mas caso o contrário, ou seja, se possuímos músculos bem relaxados, teremos uma articulação mais maleável, de fluxo livre.

6.1.2 RESPIRAÇÃO

O segundo ponto principal do aquecimento corporal-vocal é também o primeiro dos quatro pilares do aquecimento vocal. Temos também aqui o fator primordial para

10 Nelly Laport, foi coreógrafo e preparador corporal.

a vida humana, pois sem ela nosso corpo entraria em colapso e chegaria ao fim de nossas vidas.

Contamos com o um sistema respiratório, que nos possibilita a oxigenação completa do nosso corpo. Portanto de acordo com Guberfain, o nosso sistema respiratório é formado por órgãos tubulares e alveolares que estão localizados em três partes do nosso corpo, que são tórax, pescoço e a cabeça.

Temos a noção básica do caminho existente da respiração em nosso corpo. Aprendemos isso quando mais novos, que são: fossas nasais, boca, garganta e pulmões. Segundo Bittencourt (2002), esses são órgãos respiratórios e eles trabalham em concomitância com outros sistemas para abastecer o corpo humano com oxigênio.

De acordo com Grotowski¹¹ (2007), o mal do ator é não saber respirar direito, pois ele percebeu que a maioria dos erros cometido pelos atores estava na respiração. Portanto os atores precisam manter o controle da respiração, manter uma boa postura, ergonomicamente falando, pois desse modo a respiração poderá fluir com mais facilidade.

Existem dois tipos de respiração: a pulmonar e a abdominal, a que nos interessa é a abdominal, pois estamos tratando de voz. E para isso a respiração abdominal, conhecida também como respiração diafragmática, nos dá um suporte maior. Por esse fato precisamos desenvolver uma conscientização corporal, pois em certos casos vamos precisar em uma postura fora da ergonomia certa.

Além disso vale salientar, conforme Fiche¹² (2002), que a respiração muda de acordo com a situação imposta no momento. Se estivermos em cena sem emitir nenhum tipo de som devemos respirar pelo nariz, pois assim o ar entrará em nosso corpo umedecido, filtrado e aquecido. Caso estejamos em diálogo com outro personagem, ou seja, estejamos emitindo algum som, a respiração deve ser buco-nasal, devido ao ritmo e velocidade da fala da personagem.

Sabemos que a respiração padronizada, ou seja, a respiração diafragmática, vem com o intuito de auxiliar o ator, trazendo, como podemos chamar, de apoio diafragmático. Isso serve para que o ator consiga dominar completamente a respiração do seu organismo, independente da situação que o mesmo estiver exposto. Só que

11 Jerzy Marian Grotowski foi um diretor de teatro polaco e figura central no teatro do século XX.

12 Natália Ribeiro Fiche, é fonoaudióloga clínica, Professora Auxiliar de Técnica e Expressão Vocal da Escola de Teatro da Universidade do Rio de Janeiro, UNIRIO, Especialista em Educação Estética, Preparadora vocal de elenco em espetáculos teatrais.

existe uma questão bem intrigante em circunstância da anatomia de cada ator. De acordo com Grotowski (2007), pode ser que essa respiração abdominal não venha a funcionar em alguns atores, pois cada ser humano tem sua particularidade. Ele nos deixa ciente disso quando nos traz a seguinte premissa: “se não funciona, intervenham; se funciona, não intervenham.” Segundo ele, pode ser que esse processo de introduzir a respiração abdominal acabe com a organicidade da respiração do ator, fazendo com que o mesmo comece a criar certas dificuldades. Porém, no meu ponto de vista, o ator precisa, com toda a certeza, dominar esse modo de respiração, pois será mais um artifício que terá guardado em seu arsenal de conhecimentos, tanto em prática quanto em teoria, e que futuramente vai ser necessário a utilidade dele.

6.1.3 EMISSÃO VOCAL

Quando falamos de emissão vocal pensamos apenas em jogar a voz para fora de nosso corpo. Só que emissão vocal vai além de um simples arremesso de voz. Nossa voz como foi falado no início desse trabalho, mas é sempre bom lembrar, conforme Guberfain (2002), nossa voz é o ar que entra em nosso corpo através de nossas fossas nasais, onde percorre até nosso pulmão e passa por uma filtragem, que logo em seguida caminha até o diafragma, onde o mesmo impulsiona esse ar com uma certa força, que ao passar por nossas cordas vocais, e elas começam a produzir vibrações. Essas vibrações, por sua vez, emitem o som, ou seja, a nossa fala.

Segundo Bittencourt (2002), tal som emitido pelas pregas vocais são amplificados por nossos ressonadores, que são cavidades existentes em nosso corpo que produzem uma faixa pequena de frequência. Em outras palavras, podemos dizer que os ressonadores são pequenas caixas que tem a capacidade de tornar mais encorpada nossa voz.

Existem alguns pontos em nosso corpo que fazem o papel de ressonadores e estão situados em nossa cabeça, pescoço e no peitoral. Conforme Guberfain (2002), temos a presença de focos de ressonância como o nasal, situado no nariz, o faríngeo, que se encontra na garganta, o *cul-de-sac*, está situado na região pélvica e o *laringo-faríngeo*, também situado na garganta. De maneira geral os focos de ressonância são

cavidades, onde se concentra a maior passagem de ar, ou melhor dizendo, onde o som mais reverbera.

Os exercícios de ressonância, se bem praticados, trarão um benefício enorme para o ator, pois tais exercícios visam como objetivo desenvolver uma ótima projeção vocal, além de uma colocação impecável, fazendo desse modo com que potencialize as habilidades individuais do ser atuante. Porém, como nós sabemos, “uma andorinha só não faz verão”, isso significa que somente a ressonância não vai lhe proporcionar uma eximia e satisfatória projeção vocal.

Para isso também é preciso saber um pouco, ou melhor dizendo, é preciso dominar a vibração, que por sua vez, também é um pilar do aquecimento vocal. A vibração, por experiência própria nos permite uma voz de qualidade, pois de acordo com Fiche (2002), a vibração vai amplificar o campo das pregas vocais. Como assim? Como as nossas cordas vocais funcionam através da passagem do ar, que provoca nelas a vibração, e assim conseguimos emitir qualquer tipo de som, quanto mais vibração a nossas pregas vocais receberem, melhor será seu desempenho, pelo fato de que estarão sempre aquecidas e bem trabalhadas.

Conforme Bittencourt (2002), existem dois tipos de vibração, que são: a de língua e a de lábios. A vibração de língua nos permite com decorrer de sua prática, a soltura da língua, que isso tem suma importância quando falamos de emissão vocal. O outro tipo de vibração, que é a vibração de lábios, nos permite uma bela massagem na mucosa das pregas vocais, além de criar no ator diversas e novas percepções vibratórias a face.

Mas se achou que pararia por aqui, está enganado. Além de ressonância e vibração é preciso ter uma dicção de respeito, pois não adianta você conseguir desenvolver uma boa projeção, fazendo assim com que o espectador te escute, mas o mesmo não consegue entender direito o que você está dizendo em cima do palco.

Uma boa dicção só se desenvolve quando temos uma boa articulação durante as consoantes e principalmente as vogais, como foi relatado anteriormente nesse trabalho. Segundo Beuttenmuller e Laport (1992), existe uma clareza oral expressiva, e ela só é demonstrada por uma articulação perfeita das palavras e seus componentes além dos sons que a compõem. Isso é magnífico, pois é através da pronúncia correta dos fonemas vocálicos que conseguimos obter um colorido e fortificamos a nossa projeção vocal.

7. COLOCANDO EM PRÁTICA

Este capítulo tem como objetivo mostrar a importância dessas teorias que foram relatadas e expostas acima, com a ação da prática colocada por mim, juntamente com o meu método de descobrimento vocal, que gosto de chamar de método intuitivo, através de um relato de experiência vivenciada em lugares distintos.

Então, diante do fato de comprovar que a teoria deve andar junto com a prática, desenvolvi duas oficinas que foram realizadas em diferentes lugares (escola particular no mês de junho e uma organização não governamental no mês de outubro do ano de 2022), com público totalmente diferente (alguns que possuem poucos conhecimentos e outros que não sabiam de nada sobre o assunto), porém com a mesma vontade de aprender os primeiros passos para desbravar esse maravilhoso mundo vocal.

Essas oficinas que elaborei e que ministrei, eu sempre busquei dos alunos explicar os cuidados referentes a utilização da voz, mostrando antes os problemas que poderiam ter caso fizessem um mau uso vocal; promover um melhor desempenho vocal tendo como ponto de partida as teorias de voz; investigar os modos de como buscar sua vozes tendo como base as técnicas de aquecimento corpo - voz; e partindo disso construir vocalmente as características da personagem, aplicando ao final tudo com uma prática.

As oficinas tiveram como ponto de partida dúvidas que foram chegando e nascendo em mim, um amante da voz, durante o decorrer do meu curso de Teatro. Tais dúvidas vieram de colegas, de futuros alunos (explicarei logo adiante) e até de mim mesmo.

As dúvidas que chegavam até mim começaram a vir de colegas, que quando trabalhavam um determinado personagem, sentiam uma dificuldade tremenda de encaixar a voz na personagem, ou melhor dizendo, sentiam uma grande dificuldade de achar uma voz que trouxesse em sua vocalização as características da determinada personagem.

Já em mim essas dúvidas sempre nasciam logo depois de assistir um filme, um desenho, uma peça, sendo ela uma peça simples ou um musical. Ficava com as ideias maturando na minha cabeça, até que com o decorrer da vida acadêmica me senti pressionado, quase que obrigado por mim mesmo, a elaborar uma oficina vocal, com

o objetivo de responder de forma prática essas indagações, pois essas inquietações não me deixavam sossegar um minuto sequer.

Agora quando me refiro aos meus futuros alunos é que durante a vida acadêmica passamos por algumas disciplinas e entre elas se encontra o estágio. Pronto foi justamente aí, durante o estágio que surgiu a oportunidade de colocar em prática essa ideia que venho carregando há anos.

A primeira oficina foi ministrada durante o meu estágio, para crianças de 9 a 11 anos de idade. Os alunos do colégio Vila Rica, ao qual participaram da oficina, nunca tiveram contato com o mundo do teatro. Aí apareceu a primeira dificuldade que era criar uma atmosfera teatral e envolvê-los para logo em seguida, essa atmosfera se transformar em uma atmosfera vocal-cênica.

Então depois de conseguir fazer com que eles se conectassem na mesma frequência dentro da atmosfera vocal-cênica, tudo fluiu perfeitamente. Os alunos da oficina com o passar da mesma se deliciavam com as experimentações vocais que conseguiam fazer. Fui mostrando para eles qual era a respiração adequada para o trabalho de voz, mostrei os apoios que nós temos, as ênfases que temos que dar em determinada parte de uma fala, sempre jogando e brincando, pois, o lúdico traz para criança um amplo universo de aprendizagem. E após entregar com explicação algumas informações a mais, começaram a surgir outros problemas.

Os problemas que apareceram foram em relação aos nossos ressonadores, alguns alunos não estavam conseguindo fazer funcionar suas caixas de ressonância. Então pratiquei bastante exercício de ressonância com eles. Entre os exercícios de ressonância estavam os mais comuns entre todos que é a sonorização de boca fechada, sem projeção labial; a sonorização intercalando os movimentos de boca fechada e aberta entre outros que ajudaram muito os alunos a desempenhar uma boa projeção vocal.

Gosto de ressaltar aqui a potencialidade existente em cada aluno da oficina, pois após o término da mesma eles conseguiram trazer a verdade na voz de cada personagem, que trabalhei com eles. Definitivamente conseguiram trazer nas vozes que encontraram para cada personagem as características existentes do mesmo. Não somente as características, mas sensações, os sentimentos, sendo bem direto, conseguiram vivenciar e fazer o espectador embarcar com tudo nessa viagem.

O mais importante e ao mesmo tempo se torna bastante interessante é que esses ensinamentos perpetuaram durante todo o ano escolar, sendo mais específico, durante todos os eventos escolares do presente ano letivo.

A segunda oficina foi ministrada na comunidade Petrópolis, com alunos de idades completamente diferentes, para ficar bem explicado, vou colocar um intervalo de idades que varia de 6 anos até 70 anos. São alunos que já possuem pouco conhecimento em teatro, pois o local é uma instituição não governamental do terceiro setor, sendo recheados de oficina, como quais, violão, violino, flauta, canto coral, reforço, teatro e entre outras.



Figura 7: Alunos da oficina Fonte: Arquivo Pessoal



Figura 8: Alunos da oficina praticando respiração diafragmática.

Fonte: Arquivo Pessoal

Por se tratar de alunos que já tem contato com o teatro, pensava que seria mais fácil a aplicabilidade da oficina dentro desse local. Eu estava enganado, pois existiram dois problemas, o primeiro era o receio da fala e o segundo era a escuta não compreendida, pois os alunos hoje em dia estão no estado do imediato, não querem parar um pouco para buscar uma reflexão mais condizente.

Nesse local, onde foi ministrada a segunda oficina eu me deparei com alunos que possuíam conhecimento também em voz, pois participavam da oficina de canto coral e de teatro. Porém o conhecimento sobre voz que eles tinham era referente a voz dentro da música e não possuíam um conhecimento aprofundado sobre a voz cênica.



Figura 9: Alunos descobrindo como funciona o diafragma.

Fonte: Arquivo Pessoal



Figura 10: Verificação da respiração abdominal. Fonte: Arquivo Pessoal

Passei o conteúdo programado, da oficina, e mesmo tendo essa certa dificuldade no começo, os alunos conseguiram trabalhar de forma entusiasmada.



Figura 11: Explicação dos assuntos. Fonte: Arquivo Pessoal

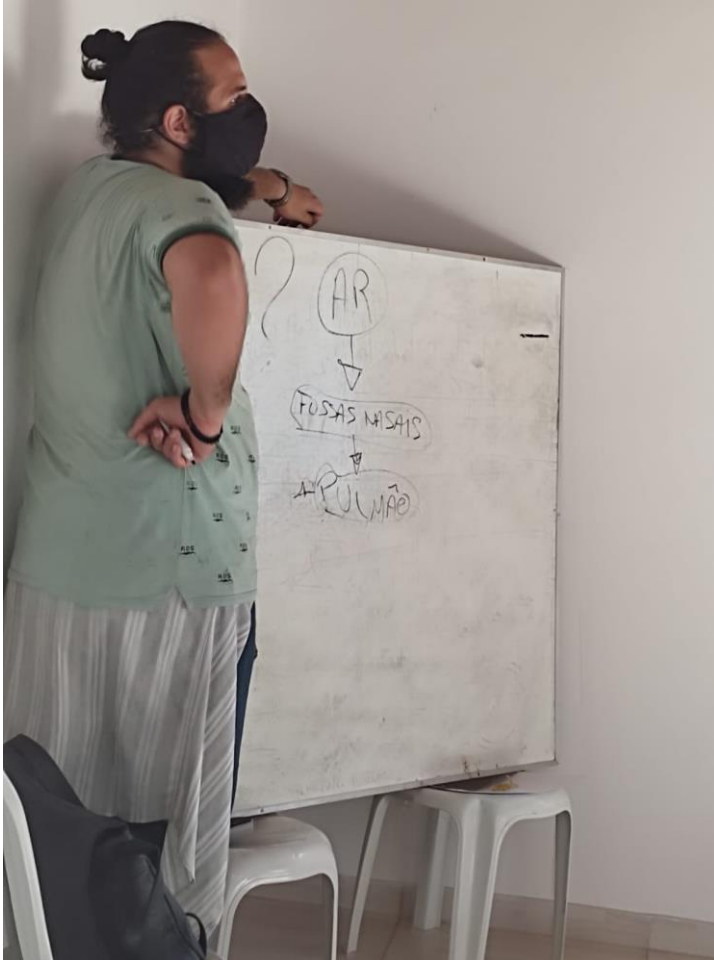


Figura 12: Explicação dos assuntos.
Fonte: Arquivo Pessoal

Durante o caminhar de tal oficina a professora de teatro me pediu para realizar a preparação vocal dos alunos e acompanhar os mesmos no trabalho de personagem individual.

Então comecei o processo de conversa com eles, para juntos conseguirmos encontrar as características de seus personagens. Com os alunos que conversei, chegamos ao resultado das características, e foi maravilha isso, pois agilizou o nosso processo de criação vocal. Tais alunos entraram na criação da voz do personagem e obtiveram bastante êxito com o resultado atingido.



Figura 13: Processo de conversa.
Fonte: Arquivo Pessoal



Figura 14: Processo de conversa.
Fonte: Arquivo Pessoal

Enquanto processo criativo de desenvolvimento da oficina, ou seja, o momento em que a mesma foi sendo elaborada, eu me divertia e me satisfazia, enquanto pesquisador, amante, aluno e futuro professor, pois estava me colocando no lugar de cada um desses citados, e conseguia notar pontos positivos, que me fazia ficar cada vez mais inspirado em fazê-la, e pontos negativos, que me colocava em alguns instantes de reflexão, buscando soluções, caso viesse a acontecer.

Os pontos positivos, em ambos os lugares, foram: a descoberta vocal de cada indivíduo, a abertura do apetite de conhecimento que consegui desenvolver nos alunos, o encontro da voz adequada para o personagem que estava em preparação, a trabalhabilidade vocal dos alunos e a investigação de vários modos e possibilidade.

Os pontos negativos citarei por ambiente, pois tiveram pontos diferentes. Pontos negativos na escola foram: Muita conversa em sala, deficiência de interesse em certos alunos, inquietação dos alunos, ausência de participação por motivos pessoais, discussões entre alunos, pois se tratava de crianças e sabemos que elas entram em atrito por coisas simples

Os pontos negativos na organização não governamental – Projeto Thalita foram: a escassez de alunos devido a problemas pessoais e sociais como violência e acontecimento natural (deslizamento de terra e rua alagada), imprudência de aluno, falta de ventilação contínua no ambiente, pois o local passa por reforma e infelizmente a realização das aulas não poderão deixar de existir e a ausência de comunicação de certos alunos.

Sabe aquela sensação de produzir uma linda e maravilhosa peça, com tudo que tem direito para ser usado, onde você nota a curiosidade do espectador sendo aguçada. Você entra em um estado de tensão, onde suas mãos começam a transpirar, na sua cabeça começa a surgir lembranças de que você ensaiou bastante, tiveram seus altos e baixos durante a deglutição dessa arte que está sendo, instintivamente, apreciado pelos outros. Então você sabe o texto completo, sabe o que deve ser feito em cena e com o decorrer da encenação, você percebe que o público está totalmente envolvido dentro da atmosfera estabelecida por você, daí naquele determinado momento apagam-se as luzes e fecham-se as cortinas, sem você ter conseguido chegar ao ápice do seu espetáculo. É completamente frustrante. Então, foi assim que eu me senti em ambos os lugares, pois não consegui passar tudo o que eu preparei por motivos das instituições.

Fora essas oficinas, lembro-me que fiz o preparo vocal da atriz Anne Luz¹³, a qual participava da segunda versão do espetáculo Senhora Morte¹⁴. Anne Luz também é dramaturga do mesmo espetáculo. Tal montagem sofreu algumas adaptações. Essa atriz estava sem resistência vocal e sem resistência diafragmática. Onde passou por uma série de exercícios que resultou em uma ótima projeção, amplitude e uma resistência vocal.

O processo até esse resultado foi bastante complicado, pois a atriz Anne Luz estava com um certo medo de não conseguir atingir a voz que almejava ter, devido ao tempo que ficou sem trabalhar a voz da determinada personagem. Então como é primordial, partimos para uma conversa, na qual eu precisava descobrir, juntamente com a atriz, as principais características da personagem. Nessa conversa ela reativou a memória vocal e corporal que já possuía.

Quando chegamos em tal ponto, demos início a preparação dos apoios que estavam lhe faltando. Portanto dei prosseguimento aos exercícios de resistência diafragmática, onde a atriz no começo sentiu um incômodo, mas com o passar da preparação ela já foi ganhando resistência.

Após a resistência diafragmática adquirida, partimos para a projeção, pois a voz que ela tanto desejava necessitava de bastante projeção vocal. Praticamos então os exercícios de ressonância juntamente com os de articulação e vibração. Então depois de ter colocado tanto treinamento em prática, ela conseguiu o que queria. Segundo a atriz Anne Luz:

A preparação vocal contribuiu muitíssimo, pois durante dois anos eu estava parando com os espetáculos, apresentações, tinha me dado aquele ano sabático, até que decidi voltar com Senhora Morte. Nesse trabalho de segunda versão, onde houve a substituição de alguns atores e o surgimento de uma nova dramaturgia, que foi escrita por mim, mas tendo o sentido da outra, porém o corpo estava adormecido, a resistência corporal estava adormecida, até o próprio estudo da personagem eu tinha deixado guardado. Aí vai eu retornar com tudo isso. Quando foi a primeira versão quando a gente escreveu, quando a gente trabalhou a Senhora Morte eu e os meninos, na minha preparação de personagem, eu acabei fazendo um pouco sozinha, um pouco intimista, porque a Senhora Morte, ela aparece só no final, então eu trabalhei um pouco mais sozinha, um pouco mais na minha, para

¹³ Anne Luz é atriz formada pela Escola Técnica de Artes da Universidade Federal de Alagoas (Ufal), Coordenadora e Professora de Teatro da ONG Projeto Thallita, atualmente graduanda em Licenciatura em Teatro pela Universidade Federal de Alagoas (Ufal), Poetisa, Escritora e Dramaturga.

¹⁴ Senhora Morte é um espetáculo, do gênero dramático, que aborda o horror dentro de sua estética, que busca trazer um novo olhar para a morte. A Peça foi encenada no ano de 2022 no Cine Arte Pajuçara.

depois trabalhar com o pessoal. Lembro que peguei o corpo da personagem da Senhora Morte, um corpo rígido, um corpo que tem pouca movimentação, mas que há um detalhe nessa movimentação, há um sentido, uma força nessa movimentação. Esse trabalho do olhar que é muito importante, esse olhar que pega, puxa que tem todo um abismo, uma profundidade dentro dele, mesmo com esse corpo minimalista e que traz essa energia grandiosa. Porém a voz, ela precisava alcançar essa mesma potência que eu estava colocando tanto no corpo, quanto nesse trabalho energético da personagem, desse ator que estava vibrando, juntamente com a personagem, dessa morte, esse personagem que não é humano, mas que também não desassocia das relações humanas. Daí, ainda na primeira versão, eu fui pesquisar essa questão da voz, como é que eu vou trabalhar ela? Eu sei que a voz foi a última das últimas, que eu vi no filme "US", que é um filme de terror, onde a mulher falava um pouco mais rouca, um pouco mais pra dentro. Aí eu falei, poxa parece que é isso! A minha chave não foi trazer a voz dela, mas trabalhar a voz dela na minha voz, foi aí que eu trouxe essa voz mais densa, da personagem, essa rouquidão, esse trabalho mais para dentro, mas que traz uma dor, um abismo, um peso, e o corpo tem uma correlação entre instinto, que é aquela mulher elegante, pois quando a gente vai ver a Senhora Morte, ela tem uma postura elegante.



Figura 15: Espetáculo Senhora Morte.
Fonte: Arquivo Pessoal



Figura 16: Espetáculo Senhora Morte.
Fonte: Arquivo Pessoal

Essa voz trazia, justamente esse abismo, esse horror, porque a Senhora Morte, ela é bela, com cabelo arrumado, por mais que tenham umas cordas, uma sujeira aqui ou ali, mas ela tem uma vestimenta muito bem apurada, um cabelo muito bem colocado, a maquiagem muito bem-feita, mas a Senhora Morte também é horror, o medo em si, esse desconhecido. Como trazer esse medo, esse horror, esse desconhecido? Para eu não trazer uma caricatura da morte, eu trouxe, justamente na potencialidade que a voz, ela pode acarretar. Então o horror da morte, essa profundidade, esse abismo, essa poeira de tempos em tempos, essa historicidade, que a gente traz da morte, dessa pegada do que a morte traz desde a antiguidade da Grécia Antiga, do Egito, que a morte era uma divindade, que a morte era um é um lado de medo de horror, que você não sabia o que poderia acontecer do outro lado e a morte realmente é esses dois pontos. Como trazer dentro da voz toda essa historicidade, essa cultura, esse caminho social que a morte tem e também artístico. Essa foi a primeira questão, na primeira versão. Quando foi agora, na segunda versão a voz, eu já não tinha, essa lembrança técnica do que eu fiz na primeira versão. Olha onde é que tá a questão. Porque o corpo eu lembrava, tinha noção do

corpo, eu já fazia esse corpo, só não tinha lembrança da voz, pois eu não tinha preparado a minha voz tanto quanto eu preparei meu corpo, eu fiz na correria. Fiquei desesperada, primeiramente, porque a Senhora Morte tem uma potencialização muito grande. A voz é importante para a Senhora Morte, pois sem a voz ela é somente uma mulher muito bem vistosa, muito revigorada, e a voz é essa chave que roda, tanto que a Senhora Morte só fala no final, que traz esse espanto. Daí nesse preparo vocal, que fiz com o Cadúh, ele trabalhou comigo essa resistência, pois eu já não conseguia manter por muito tempo a voz da personagem. A minha voz falhava muito, além de trabalhar a potência vocal que eu tinha, que nesse caso é a projeção, pois eu não tinha tanta força quanto eu tinha na outra, por causa de tanto tempo parada, sem trabalhar voz. Muitas vezes eu chegava no ensaio, não aquecia a voz, aí o Cadúh me lembrava de aquecer a voz, pois estamos muito destinados a aquecer e trabalhar mais o corpo do que a voz. A voz chega sempre por último e não é bem assim, eu acho que a voz tem que ser trabalhada também com o corpo e eu vi muito isso na segunda versão, com todo esse preparo que fiz com o Cadúh, eu tive que trabalhar corpo e voz, não foi como a primeira versão que eu trabalhei a voz somente no final. Tem que trabalhar corpo e voz pra relembrar essas pequenas técnicas vocais que eu tinha que fazer para poder manter essa personagem muito bem vívida, ela completa.

De uma forma sucinta e geral, o trabalho que tive com ela teve o envolvimento de todos os quatro pilares do aquecimento vocal.

Então para mim as oficinas que ministrei, em conjunto com essa preparação vocal isolada, foi de suma importância, pois respondeu todas as minhas indagações, porém não supriu a minha necessidade de querer desbravar ainda mais esse mundo repleto de tonalidade, característica e intensidade vocal.

8. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo da voz é muito importante para ser trabalhado, visto que é um artifício de interpretação que carrega muita informação do personagem que está sendo interpretado, e que com o passar dos anos está sendo cada vez mais valorizado, devido aos estudos estarem avançando sobre. A voz quando bem trabalhada permite possibilitar uma otimização na expressão de emoções e sentimentos.

Vem ganhando notoriedade no campo das artes cênicas, pois é uma ferramenta que o ator possui, e que se devidamente trabalhada, vai nos abrir um imenso leque de potencialização na expressão de sentimento e sensações. E assim no futuro ela poderá galgar por caminhos de constante evolução.

O ator precisa estar preparado para acompanhar o crescimento da voz cênica, pois no futuro só será requisitado se possuir conhecimentos em todas as instrumentalizações de trabalho vocal. Além da voz necessita trabalhar o corpo e o sentimento, que são ferramentas de seu trabalho. Assim será considerado um ator completo.

Esse trabalho trouxe um vasto conhecimento referente a voz, através das impostações de práticas vocais por meio de oficinas preparadas com bastante veemência. Senti que tudo que foi realizado nas oficinas de alguma forma tocou os alunos, os quais desejo que sigam esse caminho, se assim eles quiserem.

As técnicas que eu, após estudos aprofundados, reuni aqui, irão com toda certeza ajudar próximos atores com seu desenvolver vocal. Tudo isso por se fazer eficaz durante as práticas. Desse modo poderá trazer consigo as características das personagens.

Agora por que característica? O ser humano tem sua gama de características próprias, ou seja, traz consigo desde o nascimento a sua personalidade assim como o seu trato vocal, contribuindo também na identidade cultural, histórica e social que está inserido. Dentro do meu estudo pude perceber que quando o ator está interpretando algum personagem, seja ele qual for, em sua voz é possível notar os sentimentos, as sensações, as emoções que aquele determinado personagem traz ou melhor dizendo, a sua personalidade, pois assim como o ser humano, o personagem também tem suas particularidades peculiares.

Em relato dos fatos apresentados, é notório a existência do ato de compartilhar os conhecimentos entre o ministrante e os participantes da oficina. Além de

proporcionar e vivenciar um pouco de um recurso importantíssimo para a interpretação existente no ilustre mundo das artes cênicas.

Esse trabalho tende realizar a construção de uma ponte que irá nos destinar para novas descobertas, novas possibilidades vocais. Essa ponte só está apenas no começo de seu erguimento, pois com estudos futuros irei atrás de informações que me ajudem em sua elaboração estrutural. Assim podendo buscar uma infinidade de trajetória e de entendimento ainda desconhecido nesse vasto campo, onde tudo começa em uma reflexão do desconhecido.

Acredito que minha criança interior, a qual foi “infectada” pelo vírus da arte, ainda não foi saciada querendo descobrir em seu próximo passo o *pathos* que a vocalização tem, pois isto, o agora, é só o início da jornada.

9. REFERÊNCIAS

- BEBER, Bárbara Costa, CIELO, Carla Aparecida e SIQUEIRA, Márcia Amaral. **Lesões de Borda de Pregas Vocais e Tempos Máximos de Fonação**. Revista CEFAC [online]. 2009, v. 11, n. 1 [Acessado 10 Novembro 2022], p. 134-141. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1516-18462009000100018>>. Epub 15 Abr 2009. ISSN 1982-0216. <https://doi.org/10.1590/S1516-18462009000100018>.
- BEUTTENMÜLLER, Glorinha. LAPORT, Nelly. **Expressão Vocal e Expressão Corporal**. 2.ed. Rio de Janeiro: Enelivros, 1992.
- BEUTTENMÜLLER, Glorinha. **O Despertar da Comunicação Vocal**. Rio de Janeiro: Enelivros, 1993.
- BITTENCOURT, Elid Silva; FICHE, Natália Ribeiro; GUBERFAIN, Jane Celeste. **Aquecimento Corporal-Vocal do Ator**. Rio de Janeiro, 2002.
- BOLZAN, Geovana de Paula, CIELO, Carla Aparecida e Brum, Débora Meurer. **Efeitos do Som Basal em Fendas Glóticas**. Revista CEFAC [online]. 2008, v. 10, n. 2 [Acessado 9 Novembro 2022], p. 218-225. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1516-18462008000200011>>. Epub 14 Jul 2008. ISSN 1982-0216. <https://doi.org/10.1590/S1516-18462008000200011>.
- BRITO, Marly Santoro de. **Os Problemas Vocais e Articulatorios dos Alunos-Atores Nas Escolas de Teatro Privadas e Públicas**. Rio de Janeiro, 2002.
- CIELO, Carla Aparecida et al. **Exercícios de Trato Vocal Semiocluído: Revisão de Literatura**. Revista CEFAC [online]. 2013, v. 15, n. 6 [Acessado 9 Novembro 2022], p. 1679-1689. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1516-18462013005000041>>. Epub 06 Ago 2013. ISSN 1982-0216. <https://doi.org/10.1590/S1516-18462013005000041>.
- CORDEIRO, Hugo Tito. **Reconhecimento de Patologia da Voz Usando Técnicas de Processamento da Fala**. Portugal, 2016.
- GAYOTTO, Lucia Helena. **Voz Partitura da Ação**. São Paulo: Summus, 1997.
- GROTOVSKI, Jerzy. **O teatro Laboratório 1959-1969**. 1.ed. São Paulo: Editora Perspectiva S.A., 2007.
- SALVADOR JUNIOR, José Narcício. **Identificação de Patologias em Pregas Vocais por meio de Classificador Bag Of Features e Redes Neurais Convolucionais**. São Paulo, 2022.
- KNEBEL, Maria. **Análise-Ação: Práticas das ideias de Stanislávski**. 1.ed. São Paulo: Editora 34, 2016.
- OLIVEIRA, Domingos Sávio Ferreira. GUBERFAIN, Jane Celeste. **A voz artística do ator: A Prática pela Aprendizagem**. Rio de Janeiro, 2022.

OLIVEIRA, Domingos Sávio de Ferreira de. **Uma Técnica Vocal para o Grito, o Gemido e o Choro no Teatro: Um Enfoque Dinâmico.** Rio de Janeiro, 2002.

QUINTERO, Eudisia Acuña. **A estética da voz: Uma voz para o ator.** 2.ed. São Paulo: Summus, 1989.

OLIVEIRA, Domingos Sávio. **Ressonância Vocal: Uma Proposta de Exercício para Auxiliar a Projeção Vocal de Espaço Cênico.** Rio de Janeiro 2002.